

फिजियोथेरापी सेवाको  
होम सर्भिसको लागि

सम्पर्क नं. ९८४९७३२६९७,  
०१-६६३३६५२ मध्यपुर  
थिमि-४

जि.प्र.का. भक्तपुर दर्ता नं. ६२/०६३/६४



THIMI TIMES WEEKLY

स्थायी लेखा नं. ३०२८६५५२३

विमितीपत्र  
THIMI  
टाइम्स  
साप्ताहिक

वर्ष १७ अङ्क १२ ने.सं. ११४३ असोज २४ गते बुधवार, २०८० 11 Oct. 2023 Wednesday पृष्ठ ८ मूल्य रु १०/-

# युवा शक्तिको विदेश पलायन र देशले भोग्नु परेको नियती



काठमाडौं । देशमा देखिएको बेथितिहरूका कारण अहिले देशमा युवाहरूको लागि बस्ने वातावरण नरहेको आम जनमानसको बुझाई रहेको छ । नेपालमा राजतन्त्रको अन्त्यसँगै स्थापित भएको बहुदलीय

व्यवस्था र लोकतान्त्रिक गणतन्त्रान्त्रिक व्यवस्थामा आम जनमानसले सोचे जस्तो सहजताको अनुभव गर्नसकेको अवस्था देखिदैन । अहिले देशमा हिजो आम जनतालाई सुशासन दिने प्रतिवद्धता देखाएका दलहरू

र तीनका नेताहरू देशमा मौलाउँदै गएको भ्रष्टाचार, नातावाद, कृपावाद, तस्करीतन्त्र र कालाबजारीमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा संलग्न रहेको राज्य संयन्त्रकै अनुसन्धानबाट खुल्न आएको छ । जसको कारण पनि हाल विगतमा राज्यमा विदेशी सहयोगमा खुलेका विभिन्न रोजगारमूलक उद्योगधन्दा बन्द भएका छन् । राज्यका लागानामा खुलेका उद्योगधन्दाहरू दलहरूको भर्तिकेन्द्रको रूपमा रहेको र ती उद्योगहरू पनि लागत भन्दा उत्पादनमा कमीको कारण देखाउँदै नेताहरूले कौडीको मुल्यमा ती उद्योग नार्जि क्षेत्रलाई

कमिशनको लोभमा सुम्पदाको परिणाम आज देशमा युवाहरू बेरोजगारको चपेटामा छन् । यही कारण रोजगारीको खोजीमा नेपाली युवाहरू विदेशिने क्रम बढ्दो छ । राम्रो तलबको लोभमा नेपालीहरू असुरक्षित गन्तव्यमा पनि जाने गरेका छन् । यसक्रममा नेपाली कामदारले भोगेको कष्टको कुनै हिसाब छैन । त्यसमाथि ठूला आतंकवादी आक्रमणको निसानामा समेत नेपालीहरू पर्ने गरेका छन् । शनिवार यस्तै एक घटना दोहोरियो । नेपालको अर्थतन्त्र पनि विदेशबाट प्राप्त हुने बाँकी पेज ७ मा

## महिलाहरूमा स्तन क्यान्सरको जोखिम बढाउने कारण तत्व



काठमाडौं, एजेन्सी । अक्टोबर महिनालाई विश्वभर 'स्तन क्यान्सर सचेतना महिना'का रूपमा मनाइन्छ । यो महिनाभरि यस्ता धेरै कार्यक्रमहरू आयोजना गरिन्छ, जसमा स्तन क्यान्सरजस्ता घातक रोगबारे मानिसहरूलाई सचेत गराउने

प्रयास गरिन्छ । यसका लक्षण र कारणका बारेमा जानकारी दिइन्छ, ताकि समयमै स्तन क्यान्सरको उपचार सुरु गरेर महिलाले आफ्नो जीवन बचाउन सकून् । स्तन क्यान्सर विश्वभर महिलामा हुने सबैभन्दा सामान्य

बाँकी पेज ७ मा

## छात्रवृत्ति दिन नमान्ने विद्यालयलाई कारवाही गरिने



भक्तपुर । मध्यपुर थिमि नगरपालिकाले छात्रवृत्ति दिन आनाकानी गर्ने संस्थागत विद्यालयहरूलाई कारवाही गर्ने चेतावनी दिएको छ । नगर शिक्षा समितिले छात्रवृत्तिका लागि पठाएका निर्णयहरू कार्यान्वयन गर्न ध्यानाकर्षण गराउँदै कार्यान्वयन नगरे कारवाही गर्ने चेतावनी दिएको हो । पछिल्लो समय नगर शिक्षा समितिले निर्णय गरी कार्यान्वयनका लागि सबै विद्यालयमा पठाएको छात्रवृत्ति

सम्बन्धी निर्णय कार्यान्वयन गर्न केही विद्यालयले आनाकानी गरेको भन्ने जनगुनासो आएको जनाउँदै यथाशिघ्र उक्त निर्णय कार्यान्वयन गर्न गराउन सबै विद्यालयलाई सूचित गरेको शिक्षा शाखा प्रमुख ज्ञानेन्द्र प्रसाद भट्टले जानकारी दिए । उनले सबै विद्यालयलाई पत्र पठाई निर्णय कार्यान्वयनका लागि ध्यानाकर्षण गरिएको बताएका छन् । उनले केही विद्यालयहरूले शिक्षा समितिको निर्णयको आफुखुसी व्याख्या समेत गरेको जनगुनासो आएकोले सबै विद्यालयलाई पत्र पठाई सचेत गरिएको बताए । समितिले पठाएको पत्रमा, पछिल्लो समय नगर शिक्षा समितिले निर्णय गरेर विद्यालयमा कार्यान्वयनका लागि पठाइएका निर्णयहरू कार्यान्वयन नभएको र बाँकी पेज ७ मा

## सुपथ मूल्य पसलमा छैन चिनी !



काठमाडौं । चाडबाडलाई लक्षित गरी सञ्चालन गरिएका सुपथ मूल्य पसलमा चिनी नपाएको गुनासो आमउपभोक्ताले गरेका छन् । खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी लिमिटेडको थापाथलीस्थित बिक्री कक्षमा चिनी सकिएको सूचना टाँसिएको छ । थापाथलीमा मात्र नभई खाद्य व्यवस्था कम्पनीद्वारा ४२ जिल्लाका ४८ स्थानमा सञ्चालित सुपथ मूल्य पसलमा चिनी सकिएको छ । खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनीले यसअघि साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेसनबाट थोरै-थोरै परिमाणमा चिनी ल्याएर बिक्री गरिरहेको थियो । साल्ट

ट्रेडिङमै मौज्जात न्यून भएपछि चिनी ल्याएर बेच्न नसकिएको खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी लिमिटेडका सूचना अधिकारी शर्मिला न्योपाने सुवेदीले जानकारी दिए । सरकारले खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनीलाई चिनी खरिद गर्न गत भदौ २९ गते अनुमति दिएको हो । अहिले कम्पनीमार्फत चिनी खरिदका लागि ४५ दिनको अवधि राखेर अन्तर्राष्ट्रिय बोलपत्र आह्वान प्रक्रिया अघि बढाइएको छ । सार्वजनिक खरिद ऐनको व्यवस्थाअनुसार बोलपत्र आह्वान, छनोट, स्वीकृति र त्यसपछि चिनी आपूर्तिको प्रक्रिया

बाँकी पेज ७ मा

## तःमुंज्या साइकल -याली हुने



भक्तपुर । ल्यासिंख्यमा आगामी कार्तिक ९ र १० गते हुने ४३ औं नेपाल भाषा साहित्य तःमुंज्या तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमलाई सफल पार्ने हेतुले तःमुंज्या साइकल -याली हुने भएको छ । नेपालभाषा साहित्यको क्षेत्रमा "जनता म्वाःसा भाषा म्वाइ" भन्ने नाराका साथ जनताको साहित्य र संस्कृति उत्थानको साफा प्रयासमा टेवा पुर्याउने उद्देश्यका साथ विगत ४३ वर्ष देखि नेपाल भाषा साहित्य सम्मेलन तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम र अन्य गतिविधिहरू भक्तपुरका विभिन्न स्थानहरूमा बर्सेनि हुदै आएको छ । सोहि

अनुरूप यस वर्ष ४३औं नेपाल भाषा साहित्य सम्मेलन तःमुंज्या तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम भक्तपुरको भनपा ५, ल्यासिंख्य टोलमा २०८० कार्तिक ९ र १० गते बिहान ११ बजेदेखि दुई दिवसीय रूपमा हुन गइरहेको कुरा आयोजकले जानकारी गराएको हो । साइकल -याली यहि असोज २७ गते शनिवारका दिन बिहान ६ बजे हुन लागेको छ । जसको लागि नाम दर्ता यहि कार्तिक २५ गते बिहिबार सम्ममा गरिसक्नु पर्नेछ । साइकल यात्रा सुरुवात यस पटकको तःमुंज्या आयोजना हुने स्थान ल्यासिंख्यबाट हुनेछ । बाँकी पेज ७ मा

## जिल्ला शिक्षा कार्यालय पुनःस्थापना गर्न खोज्न संविधान र संघीयता विरोधी



भक्तपुर । भक्तपुर नगरपालिकाको आयोजनामा भक्तपुर नगरभित्रका सामुदायिक, संस्थागत र गुठीमा सञ्चालित विद्यालयका प्रधानाध्यापक तथा प्रिन्सिपलहरूको भेला सोमवार

भनपा सभाकक्षमा सम्पन्न भयो । कार्यक्रममा बोल्दै भक्तपुर नगरपालिकाका प्रमुख सुनिल प्रजापतिले शिक्षक आन्दोलन र त्यसको औचित्यमाथि प्रष्ट पाउँ शिक्षा विधेयकमार्फत जिल्ला

शिक्षा कार्यालयको पुनःस्थापना गर्न खोज्नु संविधान र संघीयताविरोधी प्रतिगामी कदम भएको बताउनुभयो । शिक्षा विधेयकमा स्थानीय तहको अधिकार कटौती गरी संघमा पुर्‍याउने प्रतिगामी प्रावधानहरू रहेको उल्लेख गर्दै उहाँले नेपालको संविधान २०७२ ले मावि तहसम्मको शिक्षाको एकल अधिकार स्थानीय तहलाई दिएको बताउँदै संविधानले प्रदान गरेको त्यो अधिकार कुनै पनि बहानामा कसैलाई खोस्न दिन नहुने बताउनुभयो । संविधानले निर्दिष्ट गरेका अधिकार समेत कार्यान्वयनमा ल्याउन नचाहेने सरकार

बाँकी पेज ७ मा

## सरकार रेमिट्यान्सका लागि नेपाली जनता विदेशमा बेचिरहेको छ !

अनुसा थापा नेपालीहरू विदेशिने कम हवातै बढेको छ । सरकारले रेमिट्यान्सका लागि नेपाली जनता विदेशीलाई बेचिरहेको छ, आफन्तले पैसाका लागि । सरकार नै जनता बेच्न खप्पिस छ । जनतालाई जसरी हुन्छ विदेश पठाउने र उनीहरूले पठाएको रेमिट्यान्सले अर्थतन्त्र चलाउने । रेमिट्यान्सले नेपालको अर्थतन्त्र धानिएको छ, भन्ने स्पष्ट छ । नेपालीले विदेशमा चर्को घाममा खटिएको पठाएको पैसामा राज्य सञ्चालकहरूले मोजमस्ती गरिरहेका छन् ।

राज्य सञ्चालक र सरकारी कर्मचारीका सेवासुविधा, तलबभत्तालाई ठिक्क भएको छ, रेमिट्यान्स । नेपालीको श्रममा टाठाबाठाहरूले मोज गरिरहेका छन् । यता, विदेश पुगेका नेपालीका

त्यागेर त्यहीको नागरिकता लिए ? कति कफिनमा फर्किए ? कति विदेशी जेलमा छन् ? यसको तथ्याङ्क सरकारसँग छैन । नेपालको जनसंख्याको आधा हिस्सा त विदेशमा छन् । अमेरिका, युरोपदेखि खाडीसम्म नेपाली पुगिसकेका छन् । रोजगारी र पढाइको सिलसिलामा नेपाली हरेक देश पुगेका छन् । तर, तिनलाई नेपालमै रोक्न सरकारसँग कुनै योजना नै छैन । पछिल्लो केही समययता विभिन्न देशबीच भिडन्त

बाँकी पेज २ मा

### फरक प्रसंग फरक विचार

आफन्त पनि बसिवसि खाइरहेका छन् । उताबाट एउटाले मरिमरि कमाएर पठाउँछ, यहाँ बसेर पूरै परिवारले मोज गर्छ । कति नेपाली विदेश गए ? गएकामध्ये कति फर्किए ? कतिले नेपालको नागरिकता



### सरकार.....

भइरहेको छ । एउटा मुलुकले अर्को मुलुकमाथि आक्रमण गरिरहेको अवस्था छ । कुनै देशमा पूरा आर्थिक मन्दी छाएको छ । नेपालीहरु काम नपाएर अलपत्र परेका छन् । मुलुकहरु बीच देखिएके तनावमा नेपाली फसेका छन् । उनीहरु असुरक्षित बनेका छन् । इजरायलमा भएको आक्रमणमा १० जना बढी नेपालीले ज्यान गुमाइसकेका छन् ।

राज्य भनेको जनताको अभिभावक हो । अभिभावकले जहिले पनि आफ्नो सन्तानलाई जोगाउँछन् । तर, नेपाल सरकार ठ्याक्कै उल्टो छ । जसरी हुन्छ, नेपालीलाई विदश पठाएर रेमिट्यान्स चाहिएको छ । सरकारले मुलुकमा सानोतिनो पेशा व्यवसाय, रोजगारी गरेर जीविकोपार्जन गर्ने व्यवस्थासमेत मिलाउन सकेन् । जसका कारण आज करोडौं नेपाली विदेशी भूमिमा आफ्नो रगतपसिना बगाइरहेका छन् ।

खाडी मुलुक जानका लागि नै पाँच लाख रुपैयाँसम्म लाग्छ । अमेरिका, अष्ट्रेलिया जानका लागि त तिसौं लाख रुपैयाँ खर्च गर्नुपर्छ । त्यो पैसा नेपालमै रोक्न सक्नुपर्थ्यो । विडम्बना, सरकारले त्यति पनि गर्न सकेन् । यही लगानी गर, यही व्यापार व्यवसाय गर् भनेर सरकारले सिकाउन नै सकेन् । एउटा चिया पसल खोले पनि त आम्दानीको स्रोत हो । त्यो पनि रोजगारी नै हो ।

जनताले एउटा सानो चिया पसल दर्ता गरेपनि राज्यलाई राजश्व आउँछ । लाखौं रुपैयाँ खर्च गरेर बाहिरिनुको साटो यहाँ थोरै लगानीमा तरकारी पसल खोल्दा पनि नाफा हुन्छ । भारतीयहरुले नेपालमा आएर तरकारी बेचेका छन् । साइकलमा तरकारी गुडाउँदै हिँड्छन् । एक हजार रुपैयाँको तरकारी किन्छन्, वेलुका एक हजार नाफा कमाउँछन् । महिनाको ३० हजार

त यही आम्दानी भइहाल्यो ।

कमाउनका लागि विदेश नै जानुपर्छ भन्ने छैन् । काम सबै समान हुन्छ । विदेश गएर बोटमा पैसा फल्ने होइन् । लगानी लगाएर पनि यहाँभन्दा धेरै श्रम गर्नुपर्छ । त्यसको साटो देशमै केही गरे हुने हो । नेपालीले अमेरिका, अष्ट्रेलियालाई स्वर्ग ठान्ने गरेका छन् । त्यहाँ पुगेर के-के हुन्छ ? भन्ने सोच नेपालीमा छन् । कन्सल्टेन्सी, म्यानपावरले पनि देशमा केही छैन्, यहाँ बस्नुहुँदैन जनतालाई भ्रमित बनाउने कार्य गर्दै आएका छन् ।

देशमा कन्सल्टेन्सी खुल्ने क्रम बढेसँगै विदेश जानेहरुको संख्या पनि उकालो लागेको छ । आफ्नो कमाउधन्दाका लागि कन्सल्टेन्सीहरुले नेपालीलाई बेचिरहेका छन् । मुलुकको राजनीतिक अवस्था ठीक छैन, व्यापार व्यवसाय गर्ने वातावरण छैन, पढाइअनुसारको रोजगारी छैन भन्ने छाप नेपालीको मनमा परेको छ । जुन सरासर गलत छ । गर्न चाहनेलाई नेपाल नै स्वर्ग बनेको थुप्रै उदाहरण छ ।

जहाँ गएपनि दुःख त गर्नुपर्छ । नेपालीलाई विदेश पलायन हुन धकेल्न सरकार पनि हो । सरकार रेमिट्यान्समा लोभिएको छ । तर, त्यसले नेपाललाई पुर्याएको घाटा सरकारले अनदेखा गरेको छ । नेपाली विदेश भाँसिदा मुलुकको हरेक क्षेत्रलाई नोक्सान भएको छ । देशका लागि केही गर्न सक्ने दक्ष जनशक्ति सबै बाहिर छन् । अनि नेपाल पछाडि पर्नु त स्वाभाविकै भयो ।

अर्कोतिर, विदेशी मुलुकबीच देखिएको भिडन्तमा सधैं नेपाली पिल्सिने गरेका छन् । कमाएर ल्याउँछु भनेर परदेश छिरेकाहरुले अकालमा ज्यान गुमाइरहेका छन् । अहिले इजरायल तनावग्रस्त बनेको छ । रोजगारीका लागि हजारौं नेपाली इजरायल पुगेका छन् । तर, यो घटना अहिले मात्र घटेको होइन् । यसअघि अन्य देशमा भिडन्त हुँदा पनि थुप्रै नेपालीले ज्यान गुमाएका थिए ।

तर, सरकारको यसतर्फ ध्यान नै जाँदैन । अझै नेपालीलाई विदेश पठाउनैतिर लागिपरेको छ । एउटा नागरिक गुमाउँदा मुलुकलाई धेरै क्षति पुग्छ । सरकारले यो कुरा कहिले बुझ्ने ? अहिले इजरायलमा घटेको घटनाप्रति प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल, गृहमन्त्री नारायणकाजी श्रेष्ठ र परराष्ट्रमन्त्री एनपी साउँदले दुःख व्यक्त गरेका छन् । यस्तो नौटंकी कहिलेसम्म गर्ने ? गोहीको आँशु झार्नुपर्दैन । प्रेस विज्ञप्ति निकालेर मरेका नेपाली फिर्ता आउँदैनन् ।

सरकारमा बस्नेहरुले मिडियावाजी गर्नबाहेक केही जानेका छन् । आफन्त पनि जिम्मेवार हुनुपर्‍यो । आफ्नै देशमा काम गर भन्न सक्नुपर्‍यो । जति छ, त्यसमै रमाऔं भनेर सम्झाउन सक्नुपर्‍यो । सबै देखासिकीको पछाडि लाग्दा यो अवस्था बनेको होइन् ? तैलें ठूलो घर बनाउने कि मैले, होडबाजी चलेको छ । सरकार र घरपरिवार नै दलाली छ, अन्यलाई के आरोप लगाउनु ।

नेपालमा बसेर केही हुँदैन भनेर विदेश जान उक्साउने त घरपरिवार नै हुन् । १२ कक्षा सकाउन पाएको हुँदैन, पासपोर्ट बनाइदिन्छन् । सरकारलाई जनता लेख्दनुछ, घरपरिवारलाई छोराछोरी । २०४६ सालअघि सरकारले पेट्रोल डिजेलमा एक रुपैयाँ बढायो भने यहाँ ठूलो आन्दोलन हुन्थ्यो । सबै जनता सडकमा उत्रिन्थे । सरकारले बढाएको भाउ तत्काल फिर्ता लिनुपर्‍थ्यो । सरकारले देश नै बेच्न लागिस्क्यो, कोही चुइक्क बोल्दैन ।

नेपाली बेचिसकेको छ, अब देश बेच्न बेर छैन । तर, यसको विरोधमा कसले आवाज उठाउने ? नेपालीहरु चुपचाप विदेश भाँसिरहेका छन् । आधाभन्दा धेरै नेपाली बाहिर भएपछि राज्य सञ्चालकहरुको मनोबल बढेको छ । जनता नै छैन हाम्रो विरोधमा को बोल्ने ? भन्दै उनीहरुले आफ्नो मनोमानी

चलाएका छन् । देशको युवक बाहिर पठाएपछि आफ्नो सत्ता ओगट्ने कोही हुँदैन भन्ने सोच राजनीतिक दलहरुमा छ ।

नेपालमा नेपाली नै छैनन् । छोराछोरी विदेशमा छन्, बुवाआमा नेपालमा । बुवाआमा विदेशमा छन्, बालबच्चा यहाँ । भोलि ती बालबच्चा ठूला हुन्छन्, जाने विदेश नै हो । विदेश गएर बचेकुचेका सबै पार्टीका भोले छन् । कार्यकर्ता भनेका छन्, आफ्नो पार्टीले जे गरेपनि मुखमा दही जमाउँछन्, रमिता हरेर बस्छन् । केही गरेर आफ्नो पनि सत्तामा पुग्ने पालो आइहाल्छ कि भनेर भोलेहरु दाउ छोपेर बसेका छन् ।

होइन् भने, अहिले देशको अवस्था सबैलाई थाहा छ । मंहमीले सीमा नाघिसकेको छ । बजारमा व्यापक आर्थिक मन्दी छ । सर्वसाधारणलाई बिहानबेलुका छाक टार्न समस्या परेको छ । देश भ्रष्टाचारमा लुप्त छ । अन्तर्राष्ट्रिय स्तरम नेपालको बेइज्जत भएको छ । तर, यसको विरोधमा आवाज उठाउने कोही छैन । नेताहरुलाई सत्ताको हारालुछ गरेरै भ्याइनभ्याइ छ । कार्यकर्ताहरुले नेताको भोला वोक्नबाहेक केही जानेका छैनन् । युवाहरु विदेशमा श्रम गरिरहेका छन् । नेपालीहरु विदेश जानुको सबैभन्दा ठूलो फाइदा नेताहरुलाई भएको छ । मनलाग्दी चलाएपनि कसैले प्रश्न उठाउँदैन । नेतहरुलाई त मस्ती भएको छ । हामी नेपालीलाई देशमा भाँडा माँफ्न लाज लाग्छ । विदेशमा गएर हामीलाई म्यानेजरको जागिर दिने त होइन् ।

उता गएर पनि हामीले त्यही काम गर्ने हो । काम सानो-ठूलो हुँदैन भन्ने कुरा नेपालीले कहिले बुझ्ने ? विदेश जाने पैसाले यही उद्योग खोलौं, अन्यलाई पनि रोजगारी दिऔं । अरुमाथि आरोप लगाएर मात्र हुँदैन, आफूमा पनि इच्छाशक्ति हुनुपर्छ ।

अनुसा थापा

## किमकी बहिनीलाई किन भनिन्छ सबैभन्दा खतरनाक महिला ?



एजेन्सी, हलै एउटा किताब बाहिर आएको छ, जसको नाम दि सिस्टर छ । यस पुस्तकमा उत्तर कोरियाली शासक किम उन जोङकी कान्छी बहिनी कसरी विश्वकै खतरनाक महिला बनेकी छिन् भन्ने कुरा लेखिएको छ । किताबमा किम यो जोङ यति निर्दयी र तीखो छिन् कि उनलाई इतिहासकै सबैभन्दा खतरनाक महिला भन्नु गलत नहुने पनि लेखिएको छ ।

उत्तर कोरियाली तानाशाह किम जोङकी छोरीको पहिलो तस्बिर ९० को दशकको सुरुमा आफ्नी कान्छी छोरीसँग अन्तरमहादेशीय ब्यालेस्टिक मिसाइल प्रक्षेपणको क्रममा देखियो । यो छोरी अरु कोही होइन किम यो जोङ हुन्, जो त्यतिबेला १० वर्षकी देखिन्थे । अब उत्तर कोरियामा बस्ने र अमेरिकामा बस्ने लेखिका सुङ युन लीले एउटा पुस्तक लेखेर आफू कसरी अहिले विश्वकै सबैभन्दा खतरनाक महिला बनेकी छिन् भन्ने बताएकी छन् ।

पुस्तकको नाम द सिस्टर-नर्थ कोरियाज किम यो जोङ द मोस्ट डेन्जरस वुमन हो । उत्तर कोरियाका वर्तमान शासक किम जोङ मोटो हुँदै गएको र उनको स्वास्थ्य बिगडै गएपछि शासनको बागडोर उनकी बहिनी किम यो जोङको हातमा जानसक्ने चर्चा प्रायः हुने गरेको छ । किम जोङ उनकी एकरी र कान्छी बहिनी किम यो जोङलाई उत्तर कोरियाली शासनमा निकै शक्तिशाली मानिन्छ ।

जे होस्, उनी निरन्तर शासक भाइसँग छायामा बस्छिन् । उनी हालै भाइ किम जोङसँग रुस भ्रमणमासमेत गएकी थिइन्, जहाँ उनले आफ्नो भाइलाई रुससँग सम्झौता गर्न सहयोग गरेकी थिइन् । पुस्तकका लेखक तथा वुडरो विल्सन इन्टरनेशनल सेन्टर फर स्कॉलर्सका फेलो सुङ-युन लीले पुस्तकमा लेखेका छन् कि यदि कुनै कारणले उत्तर कोरियाको शासकको शासनसत्ता खाली भयो भने उनी यति बलियो हुने छिन कि, तुरुन्तै त्यो पद उनलाई प्राप्त हुने उनी अझ निरंकुश शासकको रुपमा प्रस्तुत हुने आकलन गरिएको छ ।

विगत केही वर्षदेखि बहिनीले भाइलाई हरेक पाइलामा साथ दिएको पुस्तकमा लेखिएको छ । उसलाई आफ्नो भाइको हरेक रहस्य थाहा छ र आफ्नो काका र काकाको हत्यामा निर्दयतापूर्वक आफ्नो भाइको साथमा उभिएको छ । दोस्रो ठूलो कुरा के हो भने उनी अहिले आफ्नो भाइको वास्तविक सहयोगी, विश्वासपात्र, प्रमुख परराष्ट्र नीति सल्लाहकार र प्रणालीमा बलियो पकड राख्ने महिला हुन् ।

उत्तर कोरिया एक बन्द समाज हो जहाँ यो भरपर्दो जानकारी प्राप्त गर्न लगभग असम्भव छ, तर यो पुस्तकले शासक दाजुभाइ र बहिनीको बारेमा धेरै राम्ररी अनुसन्धान सामग्री प्रस्तुत गरेको दावी गरिएको छ । दोस्रो विश्वयुद्धपछि कोरियाको विभाजनपछि तीन पुस्ताले उत्तर कोरियामा तानाशाहको रूपमा शासन गर्ने किम वंशको बारेमा । सन् २०२० मा खबर आयो कि किम जोङ उनले आफ्नी बहिनीलाई ठूलो जिम्मेवारी दिएका छन् र अब उनी 'राष्ट्रको सबै मामिला हेर्दैछिन् ।'

किम यो जोङले दक्षिण कोरियाको गन्नेउडमा भएको २०१८ शीतकालीन ओलम्पिकमा महिला आइस हकी खेलमा भाग लिइन् । त्यसपछि जब उनले दक्षिण कोरियामा मैत्रीपूर्ण व्यवहार देखाए, मानिसहरूले उनलाई गर्व गर्न थाले । त्यसपछि, उनलाई शाही राजकुमारी जस्तै प्रशंसा गरियो । तर भाइ सत्तामा आएपछि, उनको शक्ति क्रमशः बढ्दै गएको छ ।

किताबमा किम विलासितामा हुर्किएको लेखिएको छ । सुरुदेखि नै उनी नियमभन्दा माथि भएजस्तै हुर्किए । आफ्नो भाइ जस्तै, मैडम किमले पनि केही वर्ष स्विस बोर्डिङ स्कूलमा पढेकी थिइन् । उनलाई कम्प्युटरको राम्रो ज्ञान रहेको बताइएको छ । राम्रो अंग्रेजी बोल्छिन । जब किम जोङ अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पलाई भेट्न सिंगापुर पुगेकी थिइन्, उनी त्यहाँ आफ्ना भाइसँग थिइन् ।

यो पुस्तकले किम कसरी क्रूरताले भरिएको छ र कुनै पनि क्रूर निर्णय लिन समय बर्बाद गर्दैन भनेर बताउँछ । उनको वैवाहिक जीवन, सेक्स र महत्वाकांक्षासँग जोडिएको कुनै पनि कुरा कतै पाइँदैन । उनी कति हत्यामा संलग्न छन् भन्ने पनि थाहा छैन । यस्तो देखिन्छ कि क्रूरता उनको परिवारबाट विरसतमा आएको हो ।

उसले अपराधको लागि धेरै उच्च-पदाधिकारीहरूलाई मृत्युदण्डको आदेश दियो । उनलाई “शैतान महिला” भनिन्छ । त्यसैगरी उनको पछाडि “अहकारी राजकुमारी” र “सह-तानाशाह” पनि भनिन्छ ।

उत्तर कोरियाका २ करोड ५० लाख नागरिकलाई किम परिवारको पूजा गर्न सिकाइएको तर उनीहरूलाई यस परिवारको गतिविधि, यौन र भ्रष्टाचारबारे केही थाहा नभएको पुस्तकमा लेखिएको छ ।

# सशस्त्रद्वारा चाडपर्व लक्षित हेल्प डेस्क



चाडपर्वलाई लक्षित गरी सशस्त्र प्रहरी बल, नेपालले देशका विभिन्न १ सय २२ स्थानमा सहायता कक्ष (हेल्प डेस्क) र ३३ स्थानमा स्वास्थ्य कक्ष (हेल्थ डेस्क) राखेको छ।

भारततर्फको सीमावर्ती इलाकामा १ सय २० स्थानमा र चीनतर्फ २ स्थानमा सहायता कक्ष राखिएको छ भने स्वास्थ्य कक्ष भारततर्फ ३० स्थानमा र चीनतर्फ ३ स्थानमा राखिएको सशस्त्र प्रहरी बलका सह प्रवक्ता डीएसपी शैलेन्द्र थापाले जानकारी दिए।

दसैं, तिहार तथा छठ पर्वलाई लक्षित गरेर सीमा इलाकामा नागरिकको सुरक्षित एवं सहज अवागमनको व्यवस्था मिलाउन

तथा आपतविपद्मा परेका नागरिकको उद्धार कार्यमा सहयोग पुऱ्याउने अभिप्रायले दुवै देशका सुरक्षाकर्मीसँगको समन्वय र सहकार्यमा कक्ष राखिएको एपीएफले जनाएको छ।

चाडपर्व लक्षित सहायता कक्ष नं. १ बराह बाहिनी मुख्यालय सुनसरी मातहत २५, नं. २ छिन्नमस्ता बाहिनी मुख्यालय महोत्तरी मातहत ५३, नं. ३ गढीमाई बाहिनी मुख्यालय मकवानपुर मातहत २, नं. ४ मुक्तिनाथ बाहिनी मुख्यालय कास्की मातहत २, नं. ५ विन्ध्यावासिनी बाहिनी मुख्यालय रुपन्देही मातहत १९, नं. ६ महेश्वरी बाहिनी मुख्यालय सुर्खेत मातहत १ र नं. ७ बैद्यनाथ बाहिनी मुख्यालय

कैलाली मातहत २० स्थानमा राखिएको डीएसपी थापाले बताए।

स्वास्थ्य कक्ष नं. १ बराह बाहिनी मुख्यालय सुनसरी मातहत ४, नं. २ छिन्नमस्ता बाहिनी मुख्यालय महोत्तरी मातहत २२, नं. ३ गढीमाई बाहिनी मुख्यालय मकवानपुर मातहत ३, नं. ५ विन्ध्यावासिनी बाहिनी मुख्यालय रुपन्देही मातहत ३, र नं. ७ बैद्यनाथ बाहिनी मुख्यालय कैलाली मातहत १ स्थानमा राखिएको छ।

डीएसपी थापाका अनुसार आवश्यक देखिए अन्य स्थानहरूमा समेत सहायता कक्ष र स्वास्थ्य सेवा कक्षहरु स्थापना गरी सेवा प्रदान गरिने छ। चाडपर्वको बेला सीमा नाकाबाट आवतजावत गर्ने नागरिकहरुको सुरक्षा, सीमा क्षेत्रमा हुनसक्ने अवैध गतिविधि, चोरी डकैती, लुटपाट जस्ता घटनाहरु हुन नदिन, अप्ठ्यारोमा परेका नागरिकको सहयोग गर्न हेल्प डेस्क राखिएको छ।

यस्तै, सीमा नाकाबाट आवतजावत गर्ने क्रममा कुनैपनि नागरिकमा स्वास्थ्य समस्या देखिए हेल्थ डेस्कमा उपलब्ध श्रोतसाधनको प्रयोग गरी स्वास्थ्यकर्मीहरुद्वारा उपचार गर्ने व्यवस्था मिलाइएको डीएसपी थापाले बताए।



# किन मनाइन्छ, सोह्र श्राद्ध ?

काठमाडौँ - दसैँको सुरुवातमा १६ दिनको पितृलाई सम्झ्ने दिन आउँछ जुन दिन आज बाट सुरु भएको छ। पूर्णिमाबाट सुरु भएको सोह्र श्राद्ध औँसीका दिनसम्म चल्ने गर्दछ। यी दिनमा पितृ पक्षमा पितृहरू पृथ्वी लोकमा आ-आफ्ना सन्ततिका घरमा आएर बस्ने गर्दछन् भन्ने मान्यता पनि रहेको छ।

हिन्दु धर्मावलम्बिले सोह्र श्राद्ध, पितृ पक्ष, कर्गंत, जितिया, महालय पक्ष, पितृ पोखो आदि विभिन्न नामले यी पवित्र १६ दिनको पुकारा गर्ने गर्छन्।

पितृ कर्मलाई सनातन संस्कारको केन्द्रबिन्दुका रूपमा लिइएको छ, सात पुस्ता सम्मलाई पितृ तर्पण दिने चलनले त भन् पितृ कर्मको महत्त्व तथा आफ्ना बाबु, बाजे लगायतका एउटा ठुलो कालखण्डप्रति वर्तमान पुस्ताको समर्पण भावको अद्भुत नमूना हो १६ श्राद्ध र यसले वैदिक सनातन संस्कारको उचाई र महत्त्वलाई थप स्पष्ट पार्छ।

पन्ध्र दिनको यस पक्षमा मानिस आफ्ना पितृहरूलाई प्रतिदिन जल तर्पण गर्दछन् र तिनको मृत्यु तिथि समातेर श्राद्ध गर्दछन्। केही मानिस, जसलाई आफ्ना परिवारजनको मृत्यु तिथि थाहा हुँदैन, तिनको समस्यालाई ध्यानमा राखेर पितृ पक्षका त्यस्ता केही विशेष तिथिहरू निर्धारित गरिएको छ। जुन दिन श्राद्ध गर्नाले हाम्रा समस्त पितृजनको आत्मालाई शान्ति प्राप्त हुन्छ।

पितृ कार्य गरी दिइएको पिण्ड तर्पण भोजनमा परिणत भएर पितृहरूले पाउँछन् भन्ने मान्यता छ। यस अवसरमा विभिन्न ठाउँमा चौतारी रहेका पितृहरूलाई आ-आफ्नो ठाउँमा गई पिण्ड पानी ग्रहण गर भनी यमराजले छुट्टीसमेत दिन्छन् भन्ने मान्यता छ।

सोह्र श्राद्धका दिनमा श्राद्ध गर्ने कर्ताले (पुरुषले) दारी, कपाल काटी एक छाक खाई शुद्ध हुने चलन छ। यसका साथै शुद्ध

ठाउँमा बसेर श्राद्ध गर्ने गरिन्छ। यसका साथै काग, गिद्धको दृष्टि नपुग्ने, घरपालुवा कुकुर आदि जनावरको पहुँच नभएको र प्राङ्गण भएको ठाउँमा र श्राद्धकर्ता पूर्व वा दक्षिण फर्केर श्राद्ध गर्ने चलन छ। घरको दक्षिण वा अन्य उपयुक्त ठाउँमा श्राद्ध सम्पन्न हुन्छन्।

शास्त्रअनुसार श्राद्ध गर्ने ठाउँ नजिकै फलामयुक्त सामान वा घन, भ्याम्फल, कुटो, कोदालो, काटी लगायतका सामानहरू राख्नु हुँदैन। यस्ता सामान यमराज अर्थात् यमदण्डको प्रतीक भएकाले यिनलाई देखेमा पितृहरू डराइ भाग्छन् र घरमा प्रवेश गर्दैनन् भन्ने विश्वास छ।

श्राद्धको दिन हात्ती, घोडा आदि जनावर बसेको ठाउँ, खनजोत गर्नु हुँदैन भन्नेसमेत मान्यता रहेको छ।

शास्त्रअनुसार कुन तिथिमा कसको श्राद्ध गरिन्छ त ?

-जसको अपमृत्युमा भएको छ जसमा कुनै दुर्घटना परी, सर्पको डसाइबाट, विष सेवनबाट, शस्त्र प्रहारबाट, हत्याबाट, आत्महत्या वा अन्य कुनै तरिकाको अस्वाभाविक रूपमा निधन भएका पितृहरूको श्राद्ध चतुर्दशी तिथिका दिन गर्नुपर्छ भन्ने कुरा उल्लेख छ।

-जसको मृत्यु सामान्य एवं स्वाभाविक चतुर्दशी तिथिमा भएको छ, उनीहरूको श्राद्ध पितृ पक्षको त्रयोदशी अथवा अमावस्याका दिन गर्नुपर्छ भन्ने कुरा उल्लेख छ।

-काल गतिले मरेकाहरूको श्राद्ध भाद्र पूर्णिमा वा आश्विन कृष्ण अमावस्याका दिन गर्नुपर्छ भन्ने कुरा उल्लेख छ।

- सौभाग्यवती महिला अर्थात् पति जीवित छँदै मरेका महिलाको श्राद्ध पनि केवल पितृ पक्षको नवमी तिथिमा गर्नु भन्ने कुरा उल्लेख छ।

- सन्यासीहरूको श्राद्ध केवल पितृ पक्षको द्वादशीमै गर्नुपर्छ।

- मामाघरको हजुरबा तथा

हजुरआमाको श्राद्ध केवल अश्विन शुक्ल प्रतिपदामै गर्नुपर्छ भन्ने कुरा शास्त्र उल्लेख छ।

सोह्र श्राद्धमा गर्न हुने र गर्न नहुने काम ?

शास्त्रअनुसार श्राद्धभन्दा एक दिन अगाडि नङ, कपाल आदि काटी तर शरीरमा सुन, तेल र साबुनको संसर्ग नगरी एक छाक 'एकछाकी' सात्विक भोजन गरी चोखोनीतो रूपमा बस्नु पर्छ। श्राद्धका दिन र सोह्रश्राद्धको पूरा अवधिभर घरमा तामसी भोजन माछा मासु, मदिरा वा कुनै मादक पदार्थको सेवन र संसर्ग गर्नु हुँदैन। श्राद्धमा मुसुरीको दाल, लौका, चिचिन्डो, बैगुन, लसुन, प्याज, कोदो, तीते फापर लगायतका खाद्यवस्तुहरूको प्रयोग गर्नु हुँदैन।

श्राद्धको दिनमा हलो जोत्नु, कोदालो खन्नु, दाउरा काट्नु, नाचगानलाई निषेधित गरिएको छ। एकछाकी र श्राद्धका दुवै दिन आकस्मिक रूपमा धनप्राप्त हुने कुनै पनि लाभमूलक काम गर्नु हुँदैन।

पूर्ण ब्रह्मचार्यको पालना गर्नुपर्दछ। दिउँसो सुत्नु वा निदाउनु हुँदैन र राति पनि भुईँमा एकसरो ओछ्यान लगाएर शयन गर्ने परम्परा रहेको छ।

महाभारतका अनुसार भन्टा, गाजर, मुसुरोको दाल, रहर, लौका, हिड, प्याज, लसुन, वीरे नून, जामुन, सुपारी, सर्सुँ र चनाको प्रयोग निषिद्ध छ। पितृ पक्षमा कुनै पनि मांगलिक तथा शुभ काम गर्न वर्जित छ। यतिखेर इनार वा कुवा निर्माण, देव प्रतिष्ठा वा कुनै प्रयोजनका लागि व्रत, उत्सव, उद्यापन र वधू प्रवेश लगायतका कार्य गर्नु हुँदैन।

श्राद्ध पक्षमा घरमा रङ्ग लगाउन, नयाँ कपडा किन्न, घर सर्ने, विवाह गर्ने र विवाहको कुरा भिक्नसमेत वर्जित छ। भूमि पूजन, इनार पूजा, संन्यास ग्रहण, व्यापारको श्रीगणेश आदि गर्नु हुँदैन । खबरहबबाट

## एकै दिनमा २४ हजार यात्रुले काटे अग्रिम टिकट

काठमाडौँ । काठमाडौँको गौगबुस्थित नयाँ बसपार्कबाट २४ हजार तीन सय ४० यात्रुले दसैँ, तिहार तथा छठ पर्वमा घर जानका लागि अग्रिम टिकट लिएका छन् ।

सरकारले यातायात व्यवसायीसँग गरेको छलफलपछि असोज २२ गतेदेखि चाडपर्वलाई लक्ष्य गरी अग्रिम टिकट बुकिङ खुला गरेको थियो। पहिलो दिन सोमवारमात्र २४ हजार तीन सय ४० यात्रुले टिकट लिएको नयाँबसपार्कका सञ्चालक लोत्से बहुउद्देश्यीय प्रालिका प्रवक्ता पङ्कज मल्लले जानकारी दिए ।

सोमवार अग्रिम टिकट लिनका लागि आइतबार रातिदेखि नै यात्रुहरू नयाँबसपार्कमा आएर लाइन लागेका थिए। नयाँबसपार्कबाट देशको ६५ भन्दा बढी जिल्लामा सार्वजनिक सवारी साधन आवतजावत हुँदै आएका छन् ।

सरकारले सोमबारदेखि लामो तथा मध्यम दूरीमा जाने सार्वजनिक सवारी साधनलाई लक्ष्य गरी अग्रिम टिकट खुलाए पनि छोटो दूरीमा जाने सवारी साधनका लागि भने घटस्थापनादेखि खुलाउने तयारी गरेको छ ।

नयाँबसपार्क क्षेत्रमा चाडपर्वको समयमा हुने आपराधिक क्रियाकलाप नियन्त्रणका लागि प्रहरीले थप जनशक्ति परिचालन गरेको छ। काठमाडौँ जिल्ला प्रहरी परिसरका प्रमुख, प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक भूपेन्द्रबहादुर खत्रीले यात्रुहरूको सुरक्षाका लागि ५० भन्दा बढी प्रहरी साटा पोसाकमा परिचालन गरिएको जानकारी दिए ।

उनले काठमाडौँ जिल्लाका लागि मात्रै विशेष सुरक्षा योजनाअन्तर्गत १४ स्थानमा नागरिक सहायता कक्ष स्थापना गरिएको बताए ।

यस्तै विभिन्न प्रविधिको सहयोगमा आम नागरिकलाई सुरक्षित हिसावले चाडपर्व मनाउन र सुरक्षा प्रदान गर्न आवश्यक जनशक्तिसहित तयार रहेको प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक खत्रीको भनाइ थियो। प्रहरीले चाडवाडमा बढी भीडभाड हुने स्थानमा बढीवान क्यामरा, गोप्रो क्यामरा र ड्रोनबाट समेत निगरानी गर्न लागेको छ । रासस

## न्यून बिन्दुमा नेप्से, क्रमशः घट्दो क्रममा



काठमाडौँ । केही समय अगाडि देखिएको शेयर बजारको सुधार पछिल्लो समय पुन खस्कन पुगेको छ । शेयर बजार परिसूचक नेप्से चार महिना यताकै न्यून बिन्दुमा आइपुगेको छ । गत जेठ २१ गते १८६६ बिन्दुबाट उकालो लागेको बजार त्यसयता पहिलो पटक १८८९ बिन्दुमा आइपुगेको छ ।

नेप्से परिसूचक १९ अंकले घटेर १८८९ बिन्दुमा आइपुगेको छ । लामो समयदेखि घट्नु थालेको बजार चार कारोबार दिनदेखि भने लगातार दोहोरो अंकले घटेको अवस्था छ । चार दिनमा नेप्से ७८ अंकले घटेर १९ सय बिन्दुभन्दा तल आइपुगेको हो ।

बजार घट्नुको पछाडि विविध कारण रहेको सरोकारवालाहरूले बताएका छन् ।

पहिलो कारणः अर्थतन्त्रमा आएको शिथिलता । 'सरकारले कर्मचारीलाई तलब खुवाउन समेत ऋण उठाइरहेको छ, राजस्व असुली बढ्न सकेको छैन,' एक ब्रोकरका अनुसार अहिलेको शिथिलताले साना तथा मध्यम व्यावसायीलाई समेत दबाव परिरहेको छ, यही कारण अर्थतन्त्रको समस्या व्यक्तिगत तहमै देखिन थालेको छ ।

सेयर कारोबारका लागि आउने मध्यम व्यवसायीहरू अहिले लगानी बढाउन नसक्ने अवस्थामा रहेको ती ब्रोकर बताउँछन् ।

दोस्रो कारणः असोजमा बढेको व्याजदर । केही वार्षिज्य बैंकहरूले असोजको लागि समेत निक्षेपको व्याजदरमा वृद्धि गरे । अब कात्तिकमा समेत बैंकहरूले निक्षेपको व्याजदर वृद्धि गरेमा बजार बढ्न समस्या हुने अर्का ब्रोकर बताउँछन् ।

'लगानीकर्ताहरूको सामर्थ्य घटेको छ, अहिले सवारी कर्जा १० प्रतिशतभन्दा कममै उपलब्ध हुन थाल्दा पनि बिक्री बढेको छैन,' ती ब्रोकरले भने, 'कात्तिकमा बैंकहरू सबैले निक्षेपको व्याजदर केही घटाएमा मात्रै बजार बढ्ने सम्भावना छ ।'

सिद्धान्त अनुसार निक्षेपको व्याजदर बढ्दा सेयर बजार घट्छ भने व्याजदर घट्दा सेयर बजार बढ्छ । निक्षेपको व्याजदर बढ्दा कर्जाको व्याजदर समेत बढ्छ र ऋण लिएर कर्जा लगानी गर्नेहरूको लगानी क्षमता पनि घट्छ ।

त्यसैले लगानीकर्ताहरू कात्तिकको लागि बैंकहरू व्याज बढाउँछन् कि बढाउँदैनन् भनेर पर्खिरहेको ब्रोकरहरू बताउँछन् ।

तेस्रो कारणः कर तिनै समय नजिकिनु । असोज मसान्त लागेसँगै व्यक्ति तथा संस्थाहरूले कर बुझाउनुपर्छ । त्यसैले यसको दबावमा समेत सेयर लगानीकर्ता छन् ।

चौथो कारणः चाडवाडकै दबाव । आर्थिक गतिविधिमा शिथिलता आएसँगै मानिसहरूको क्रयशक्तिमा पनि कमी आएको छ । तुलनात्मक रूपमा अन्य समयभन्दा दसैँजस्ता चाडमा खर्चमा पनि वृद्धि हुन्छ । यसले पनि अहिले दबाव दिएको हो । अन्य सामान्य अवस्थामा पनि दसैँ ताका नेप्से निश्चित अंक सहित सामान्य घटबढ हुने प्रवृत्तिमा देखिन्थ्यो ।

पाँचौँ कारणः राष्ट्र बैंकले अपेक्षाअनुसार सेयर धितो कर्जाको एकल ग्राहक सीमा संशोधन नगर्नु । राष्ट्र बैंकले चार दिन अघि मात्रै सेयर धितो कर्जाको एकल ग्राहक सीमा संशोधन गर्‍यो । पहिले सबैखाले ऋणीलाई १२ करोडको सीमा लगाएको राष्ट्र बैंकले यो सीमा बढाएर व्यक्तिलाई १५ करोड र संस्थालाई २० करोड बनायो ।

लगानीकर्ताहरूको अपेक्षा यस्तो सीमा ५० करोडसम्म हुन्छ भन्ने थियो । अपेक्षाअनुसार नभएपछि पनि केही लगानीकर्ता राष्ट्र बैंकको पछिल्लो निर्णय प्रति रुष्ट छन् ।

# भावपूर्ण समवेदना



जन्म मिति  
२००५/१०/१५ गत

स्वर्गारोहण मिति  
२०८०/६/५ गत

स्व. चक्र प्रजापति

यस कमेरोटार जग्गा एकीकरण आयोजना उपभोक्ता समितिका सदस्य चक्र प्रजापतिको यही २०८० असोज ५ गते शुक्रवारका दिन ७५ वर्षको उमेरमा असामयिक निधन भएकोमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै भावपूर्ण श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं । साथै यस दुःखद घडीमा शोक सन्तप्त परिवारजनप्रति भावपूर्ण समवेदना व्यक्त गर्दछौं ।

## कमेरोटार जग्गा एकीकरण आयोजना परिवार

मध्यपुर थिमि, भक्तपुर







# इजरायल-प्यालेस्टाइन द्वन्द्वको नालीबेली

- प्रेम ढकाल

शनिबार बिहानै प्यालेस्टाइनी अतिवादी समूह हमासले अचानक इजरायलमाथि गाजाबाट आक्रमण गर्‍यो। प्यालेस्टाइनीलाई रोकन लगाइएका पर्खाल डोजरले तोडेर, काँडेतार काटेर हमास लडाकु इजरायलभित्र घुसे । प्यारागलाईडिङ गर्दै आकाशबाट र ढुंगाहरूको प्रयोग गरेर समुद्रबाट हमासका लडाकु इजरायलका विभिन्न सहरहरूमा पुगे । आफ्ना लडाकु इजरायलमा घुसेको थाहा नपाओस् भनेर हमासले केही समयभित्रै २००० भन्दा बढी रकट प्रहार गर्‍यो।

'द इकोनोमिस्ट' पत्रिकाका अनुसार हमासका लडाकुले सीमामा लगाइएका क्यामेरा र सेन्सरमा गोली हानेका थिए। इजरायली सेनाको दक्षिणी गाजा हेडक्वार्टरमा आक्रमण गरेर सञ्चार अवरूद्ध पारे।

नरसंहार मच्चाउँदै सर्वसाधारण र बर्दीमा रहेका सयौं इजरायली र दर्जनौं विदेशी नागरिकको हत्या गरे।

हमासको आक्रमणमा परी ‘ लर्न एन्ड अर्न’ कार्यक्रममा गएर गाजा क्षेत्रनजिकैको फार्ममा काम गर्ने १० जना नेपाली विद्यार्थीको मृत्यु भएको छ। चार जना घाइते छन्। एक जना नेपाली विद्यार्थीको अवस्था अझै अज्ञात छ।

सन् १९७३ मा यहूदीहरूको चाड योम किपुरका दिन इजिप्ट, सिरियालगायत अरब राष्ट्रले इजरायलमाथि आक्रमण गरेको ठ्याक्कै ५० वर्ष र १ दिनपछि हमासले शनिबारको हमला गरेको हो। हमासको उक्त आक्रमणबाट इजरायलको पछिल्लो पुस्ताले कहिल्यै नभोगेको हिंसा र आतंकको सामना गर्नुपर्‍यो। मंगलबार बिहानसम्म हमासको आक्रमणमा परेर ९ सय इजरायलीको मृत्यु भइसकेको छ। सय जनाभन्दा बढी इजरायलीलाई हमासले अपहरण गरेर लगेको छ।

इजरायलीका लागि यो हमला ११ सेप्टेम्बर २००१ मा अमेरिकामाथि अल-कायदाले गरेको हमलाजस्तै भएको छ। अमेरिकाले इजरायलको सुरक्षाका लागि निरन्तर साथ दिने प्रतिवद्धता जनाइसकेको छ। विमानबाहक युएसएस गेराल्ड फोर्डको नेतृत्वमा युद्धपोतहरू इजरायलतर्फ पठाइसकेको छ।

इजरायलले सुरु गरेको जवाफी कारवाहीमा भन्डै ७०० जना हमास लडाकु र प्यालेस्टाइनी सर्वसाधारणको ज्यान गइसकेको छ। अत्यावश्यकीय सेवाका लागि इजरायली पूर्वाधारमा निर्भर गाजामा बिजुली, पानी, इन्धन र खाद्य सामग्रीसमेत लैजान इजरायलले रोक लगाइसकेको छ। गाजाका बीस लाख बढी प्यालेस्टाइनीका लागि आगामी दिन धेरै कष्टकर हुनेछन्।

हमासले किन इजरायलमाथि आक्रमण गर्‍यो भनेर बुझ्नका लागि इजरायल-प्यालेस्टाइनको इतिहास जान्नुपर्ने हुन्छ।

अहिलेको इजरायल र प्यालेस्टाइनीहरूको नियन्त्रणमा रहेको वेस्ट ब्यांक र गाजा शताब्दियौंदेखि मुस्लिम बहुल प्यालेस्टाइन थियो। भू-मध्यसागर र जोर्डन नदीबीच रहेको यो ठाउँको केही भागमा आइरन एज (फलामे युग) मा फिलिस्तिनीहरू बसेकाले यो पूरै भू-भागलाई प्यालेस्टाइन भनिन्छ। भू-मध्यसागर र जोर्डन नदीबीच रहेको प्यालेस्टाइन सन् १५१६ मा अटोमन साम्राज्यले कब्जा गरेपछि विशाल अटोमन साम्राज्यको सिरियाअन्तर्गत रह‍यो।

तर यहूदीहरू यो भूमिलाई आफ्नो उद्गमस्थल मान्छन् र यहाँ इस्लाम धर्म सुरु नहुँदै आफ्ना पर्खाहरू बसोबास गरेको

दाबी गर्छन्। अर्थात् ३ हजार वर्षभन्दा पहिलादेखि यो भूमिमा आफूहरू बसेको भन्छन्।

यही भूमिको बेत्लेहेममा करिब २०२५ वर्षअघि जिसस क्राइस्टको जन्म भयो। लगभग ३३ देखि ३८ वर्षको उमेरमा जेरूसलममा सुलीमा चढाएर क्राइस्टको हत्या भएपछि यो भूमि क्रिश्चियनहरूका लागि पनि पवित्रस्थल बन्यो।

यो भूमिमा विभिन्न कालखण्डमा बाहिरियाहरूले आक्रमण गरे र कब्जा गरे। भन्डै २३५० वर्षअघि सिकन्दर महानले कब्जा गरेको यो भूमि सन् ७० ताका रोमनहरूको कब्जामा पर्‍यो। चार वर्षसम्म जेरूसलमका यहूदीहरूलाई नाकाबन्दी लगाएका रोमनहरूले कब्जा गरेपछि जेरूसलम ध्वस्त पारे। त्यसपछि यहूदीहरू भागेर संसारभर छरिएर बस्न थाले।

पछि यो भूमिमा मुसलमानहरूले आक्रमण गरे र विभिन्न मुसलमान वंशले शासन गरे। अघि चर्चा गरेजस्तो यो भूमि सन् १५१६ देखि अटोमनको मुस्लिम खलिफाको हिस्सा बन्यो। अटोमन साम्राज्यको हिस्सा रहेकै बेला सन् १८८० को दशकमा युरोपमा यहूदी लक्षित अत्याचारका कारण भागेर यहूदीहरू प्यालेस्टाइनमा सामूहिक रूपमा फर्केर बसाइँ सर्न थाले।

अष्ट्रिया-हंगेरी साम्राज्यमा जन्मेका र भियनामा पत्रकारिता गर्ने थियोडर हर्जललगायतले त्यसपछि यहूदीका लागि प्यालेस्टाइनमा छुट्टै राज्यको माग उठाउन थाले। त्यही भएर थियोडरलाई यहूदीको राजनीतिक पिता भनिन्छ।

सन् १९१४ मा प्रथम विश्वयुद्ध सुरू हुने बेलासम्म बसाइँ सर्ने क्रम बढेर प्यालेस्टाइनको यहूदी जनसंख्या दोब्बरभन्दा बढी भइसकेको थियो। प्रथम विश्वयुद्धमा अटोमन साम्राज्यको पराजय भयो र देशहरू विखण्डित भए।

बेलायती सेनाले अटोमनलाई हराउँदै गर्दा सन् १९१७ मा तत्कालीन बेलायती विदेश मन्त्री आर्थर बाल्फोरले बेलायतका प्रसिद्ध यहूदी लर्ड वाल्टर रोथ्सचायल्डलाई चिठी लेख्दै प्यालेस्टाइनमा रहेका गैरयहूदीहरूमाथि पूर्वाग्रह नराखी त्यहाँ यहूदी राष्ट्र बनाउन बेलायत सरकारको समर्थन रहेको उद्घोष गरे।

त्यतिबेलाको महाशक्ति राष्ट्रले गरेको उक्त उद्घोषलाई बाल्फोर घोषणा भनिन्छ। त्यो घोषणाले प्यालेस्टाइनमा यहूदी राष्ट्र बनाउने आधार तय गर्‍यो।

प्रथम विश्वयुद्धमा हारेका शक्ति मुख्यतः जर्मनी र अटोमनबाट जितेको भूमिलाई विजयी राष्ट्रबीच भाग लगाउँदा प्यालेस्टाइन बेलायतको भागमा परेकाले पनि बाल्फोर घोषणाले मान्यता पायो।

दोस्रो विश्वयुद्धमा हिटलरको नाजी जर्मनीले छानीछानी दशौं लाख यहूदीहरूको अमानवीय र क्रुर हत्या गरेपछि विश्व समुदायलाई यहूदीका लागि छुट्टै राज्य बनाइदिन नैतिक दबाव बढ्यो। संयुक्त राष्ट्र संघको महासभाले २९ नोभेम्बर १९४७ मा प्यालेस्टाइनमा यहूदी र मुसलमानका लागि दुई राज्य बनाउने निर्णय गर्‍यो। दुवै पक्षले दाबी गरेको जेरूसलम र वरिपरिको क्षेत्रलाई अन्तर ष्ट्रियकरण गरिने भयो।

बेलायतले १४ मे १९४८ मा प्यालेस्टाइनमाथिको दाबी छोडेपछि त्यसैदिन यहूदीको राज्य इजरायल घोषणा भयो। पहिल्यैदेखि त्यहाँ बसेका यहूदी मात्रै नभएर संसारको कतै पनि

भागमा रहेका यहूदी त्यहाँ बस्न पाउने भए। अहिले पनि अरू देशमा रहेका यहूदीले इजरायली नागरिकका रूपमा इजरायलमा बस्न पाउँछन्।

इजरायल देश बनाउने उक्त निर्णय प्यालेस्टाइनमा बस्ने मुसलमान र वरिपरिका मुस्लिम राष्ट्रले मानेनन्। १४ मे १९४८ को रात प्यालेस्टाइनका मुसलमान, जोर्डन, इजिप्ट, सिरियालगायत देशले इजरायलमाथि आक्रमण गरे। भन्डै १० महिनासम्म चलेको त्यो युद्ध इजरायलले जित्यो। आफ्नो भागमा परेको जमिन मात्रै नभएर प्यालेस्टाइनीका लागि छुट्टयाएको भू-भागको पनि भन्डै ६० प्रतिशत हिस्सा कब्जा गर्‍यो।

युद्ध इजरायलले जिते पनि छिमेकी मुस्लिम देशले इजरायलको अस्तित्व स्वीकार गरेनन् र बल प्रयोग गरेर इजरायललाई विनाश गर्ने प्रयास गरिरहे।

सन् १९६७ को जुन महिनामा इजरायलले जोर्डन, इजिप्ट, सिरिया, इराक, साउदी अरेबिया, कुवेतलगायत देशसँग ६ दिन युद्ध लडेर थप भू-भागमा आफ्नो अधिपत्य जमायो।

मुस्लिम देश भने त्यसपछि पनि इजरायललाई ध्वस्त पार्न लागिंरहे। प्यालेस्टाइनीलाई सहयोग जारी राखे।

यसमा इरानको भूमिका भने अरू मुस्लिम देशभन्दा फरक छ। शाह-पहलवी वंशले शासन गरेको इरानले सुरूमा यहूदी राज्यको समर्थन गरेको थियो। १९४८ मा इजरायललाई देशको मान्यता दिने अमेिकासँग त्यतिबेला राम्रो सम्बन्ध भएको इरान अमेरिकापछि दोस्रो राष्ट्र बनेको थियो।

तर १९७९ मा भएको इस्लामिक क्रान्तिमा शाह-पहलवी वंशलाई सत्ताच्युत गरेर कट्टरपन्थीले शासन गर्न थालेपछि इरान अमेरिका जस्तै इजरायलको पनि कट्टर दुश्मन बन्यो। अहिलेसम्म पनि इरानले गाजाको हमास र लेबनानको हिजबुल्लाह समूहलाई हतियार र पैसा दिएर इजरायलमाथि आक्रमण गर्न लगाउँछ।

आफूलाई स्वीकार नै नगर्ने आक्रामक छिमेकीले घेरिएको इजरायल हरबखत आफ्नो अस्तित्व नै खतरामा भएको महशुस गर्छ। त्यही भएर इजरायल सैन्य र अरू क्षेत्रमा प्रगति गरेर बलियो राष्ट्र बनेको छ। इजरायललाई अमेरिकाले हतियारलगायत अरू सहायता निरन्तर दिइरहेको छ।

यहूदी धर्म पढ्ने र विरामीलगायत केहीलाई दिइने छुटबाहेक इजरायलले सबै नागरिकलाई सैनिक तालिम अनिवार्य गरेको छ। चाहिएको समयमा यी तालिमप्राप्त नागरिकलाई युद्धमा परिचालन गर्छ। यही कारण पटक-पटक छिमेकीसँग युद्ध जितेको छ। इजरायलसँग आणविक हतियार पनि छ भनिन्छ।

सबै नागरिकले सैनिक तालिम लिने भएकाले पनि हमासले इजरायलमा कोही गैरसैनिक नहुने भन्दै सर्वसाधारणमाथि आफूले गर्ने आक्रमणको बचाउ गर्छ।

इजरायलले बलियो सुरक्षा प्रबन्ध गरे पनि मुस्लिम देशको सहयोगमा प्यालेस्टाइनीले पहिल्यैदेखि हिंसात्मक आन्दोलन चलाएका छन्।

त्यो आन्दोलन ६० को दशकदेखि प्यालेस्टाइन लिबेरेसन अर्गनाइजेसन (पिएलओ) को नेतृत्वमा भएको थियो। यासिर अराफात सन् १९६९ मा पिएलओका प्रमुख भए। त्यसपछि उनी भन्डै चार दशक

इजरायलविरोधी प्यालेस्टाइनी आन्दोलनको प्रतीक बने।

पिएलओले सुरूमा इजरायलको अस्तित्व स्वीकार गर्दैन थियो भने इजरायलले पनि पिएलओको।

प्यालेस्टाइनमा लगातारको हिंसाबाट आजित अमेरिकालगायत पश्चिमा राष्ट्रहरूले विस्तारै इजरायल र पिएलओको वार्ता गराउन थाले। यो वार्ता सुरूमा नवैको राजधानी ओस्लोमा भएकोले यसलाई ओस्लो प्रक्रिया भन्न थालियो। यसैअन्तर्गत दुई पक्षबीच सन् १९९३ र १९९५ मा गरी दुई वटा शान्ति सम्झौता भए। दुवैले एक-अर्काको अस्तित्व स्वीकार गर्न थाले। सम्झौताअनुसार अराफातको नेतृत्वमा प्यालेस्टाइनीको स्वशासनको निम्ति ५ वर्षका लागि अन्तरिम प्यालेस्टिनियन नेशनल अथोरिटी बनाउने सहमति भयो।

पहिलो सम्झौतापछि १९९४ मा अराफात र तत्कालीन इजरायली प्रधानमन्त्री यित्त्याक रबिन र विदेश मन्त्री सिमोन पेरेजले नोबेल शान्ति पुरस्कारसमेत पाए।

तर यहूदी र प्यालेस्टाइनीको दुई राज्य बनाउने सम्झौताको सुरुदेखि नै दुवै पक्षका कट्टरपन्थीले विरोध गरिरहेका थिए।

सन् १९८७ मा भएको पहिलो इन्तिफादा अर्थात् आन्दोलनपछि गठन भएको हमासले पुरै भू-भाग प्यालेस्टाइनीको हुनुपर्ने भनेर इजरायलमाथि आतंककारी हमला जारी राख्यो। तर पनि अराफातको उचाइका कारण उनी नै प्यालेस्टाइनीका वैध प्रतिनिधि बनिरहेका थिए।

इजरायली कट्टरपन्थीले प्रधानमन्त्री रबिनको ४ नोभेम्बर १९९५ मा हत्या गरेपछि इजरायलमा भने शान्ति पक्षधर कमजोर हुँदै गए। अराफातसँग हात मिलाउँदा प्यालेस्टाइनीलाई इजरायलको तर्फबाट 'इनफ अफ ब्लड एन्ड टिअर्स। इनफा!' भन्ने रबिनकै रगत बगेपछि शान्ति प्रक्रियामा ग्रहण लाग्यो।

शान्ति सम्झौताअनुसार प्यालेस्टाइनी भूमिबाट इजरायली नागरिक फिर्ता हुनुको साटो भन नयाँ बस्ती बन्न थाले। सन् २००० मा प्यालेस्टाइनीले दोस्रो इन्तिफादा सुरू गरेपछिको हिंसामा शान्ति सम्झौताको अवसान नै भयो। बीचमा थप सम्झौता नभए पनि अन्तरिम प्यालेस्टाइनी अथोरिटी भने अझै अस्तित्वमा छ।

इजरायलले त्यसपछि आफूमाथि भएका पटक-पटकका आन्दोलन र आक्रमण बल प्रयोग गरेर निस्तेज गरेको छ। प्यालेस्टाइनी नियन्त्रणमा अहिले गाजा अनि जोर्डन नदी र डेड सीको पश्चिममा रहेको वेस्ट ब्यांक छ। ३६५ वर्ग किलोमिटर क्षेत्रफल भएको गाजा र ५८६० वर्ग किलोमिटरको वेस्ट ब्यांकको बीचमा इजरायली भूमि छ।

२००५ मा गाजाबाट इजरायलले सेना र आफ्ना नागरिक फिर्ता गरेपछि हमासले युद्ध गरेर प्यालेस्टाइनी अथोरिटीको नेतृत्व गर्ने फताह समूहलाई हराएर २००७ मा गाजालाई आफ्नो नियन्त्रणमा लियो। वेस्ट ब्यांक भने फताहले नेतृत्व गरेको प्यालेस्टाइनी अथोरिटीले प्रशासन चलाउँछ।

अहिले पनि वेस्ट ब्यांकका थुप्रै ठाउँमा इजरायली सैनिक पोष्टहरू छन्। त्यहाँ इजरायलले अवैध रूपमा व्यापक यहूदीको बस्ती विस्तार गरेको छ।

२००४ मा अराफातको निधन भएपछि, २००५ मा

बाँकी पेज ६ मा

## सुखी जीवन जिउने ७ सरल टिप्स



एजेन्सी । यदि तपाईंले जीवनमा खुशी हुन सिकेका छौ भने, तपाईंलाई सायद कुनै मानसिक समस्या हुनेछैन । तर जीवनका सबै समस्याहरूले जीवनलाई प्रायः अन्योलमा राख्छ । यसले अधिकतम तनाव निम्त्याउँछ । तनावले शरीरमा १२०० भन्दा बढी रासायनिक उथलपुथलहरू मच्चाउने गर्दछ र यसले धेरै मानसिक समस्याहरू निम्त्याउँछ । वास्तवमा, खुसी हुनु एउटा कला हो र यो कला सिक्नको लागि समर्पण चाहिन्छ । यदि तपाईंले यो सिक्नुभयो भने तपाईंको जीवन पनि सुखी हुन थाल्छ । त्यसोभए जानौं जीवनमा खुसी हुने सरल उपायहरू के के हुन् ।

आफूलाई यसरी खुसी राख्नुहोस् ।

१. स्वस्थ आहार- मेयो क्लिनिकका अनुसार जीवनमा खुसी हुन स्वस्थ आहार धेरै महत्त्वपूर्ण छ । स्वस्थ आहार भनेको आहारमा ताजा फलफूल, हरियो सागसब्जी, दुबला प्रोटीन र सम्पूर्ण अन्नको सन्तुलन हो । यसको मतलब यी सबै चीजहरू सन्तुलित मात्रामा लिनु स्वस्थ आहार हो । यसका लागि हरियो सागसब्जी, रंगीन सागसब्जी, काउली, दाल, सिमी, दुग्धजन्य पदार्थ र अनाजको सेवन गर्नुपर्छ । यसका साथै प्रशोधित खाना, जंक फूड, फास्ट फूड, धेरै तेल, धेरै नुन, धेरै चिनीको सेवन नगर्नुहोस् ।

२. पर्याप्त निद्रा : जीवनमा खुसी हुन राती पर्याप्त निद्रा आवश्यक हुन्छ । हरेक दिन ७ देखि ८ घण्टा सुत्नु आवश्यक छ । निद्राको कमीले धेरै शारीरिक रोगहरू निम्त्याउँछ र अन्ततः मानसिक समस्याहरू बढाउँछ । निद्राको कमीले नकारात्मकता ल्याउँछ ।

३. वित्तीय व्यवस्थापन - आर्थिक अवस्था जीवनमा समस्याहरूको प्रमुख कारण हो । तर यसको उचित व्यवस्थापनले यी समस्याबाट मुक्ति पाउन सक्छ । यसका लागि आफ्नो आम्दानी भित्र बजेट बनाउनुहोस् । अन्य स्रोतबाट केही अपेक्षा नगर्नुहोस् । आवश्यकताहरू पूरा गर्न, सधैं सकारात्मक सोच राख्नुहोस् र मेहनतका साथ यी चीजहरू प्राप्त गर्ने प्रयास गर्नुहोस् । यदि कुनै चीज पहुँच बाहिर छ भने, लोभ नगर्नुहोस् । जे छ, त्यसैमा खुसी रहनुहोस् । लोभ, ईर्ष्या आदिबाट टाढा रहनुहोस् । सकारात्मक मनोवृत्ति अपनाउनुहोस् ।

४. तनावबाट बच्नुहोस् - जीवनमा खुसी हुन तनावबाट बच्न धेरै महत्त्वपूर्ण छ । हरेक व्यक्तिको जीवनमा तनाव हुन्छ तर यसको प्रभावकारी व्यवस्थापन आवश्यक छ । तनावबाट बच्न श्वासप्रश्वासको व्यायाम, योग, ध्यान धेरै उपयोगी हुन्छ । सधैं सकारात्मक विचार राख्नु होला ।

५. असल मानिसहरूसँग सम्पर्क गर्नुहोस् - नकारात्मक प्रवृत्ति, सधैं अरूको बारेमा खराब बोल्ने मानिसहरूको संगतमा नरहनुहोस् । सधैं खुसी र असल मानिसहरूको संगतमा रहनुहोस् । यी व्यक्तिहरूसँग सामाजिक बनाउनुहोस् । तपाईंलाई जुन कुरामा रुचि छ, समान रुचि भएका मानिसहरूसँग मित्रता बनाउनुहोस् ।

६. अरूको बारेमा राम्रो विचार राख्नुहोस् - यदि तपाईं जीवनमा खुसी हुन चाहनुहुन्छ भने, अरूको बारेमा सधैं राम्रो विचार राख्नुहोस् । अरूको बारेमा कहिल्यै नराम्रो कुरा नगर्नुहोस् । हरेक दिन अपरिचित व्यक्तिको आँखामा हेर्नुहोस् र तिनीहरूलाई मद्दत गर्ने प्रयास गर्नुहोस् । यसले धेरै खुशी ल्याउनेछ र तपाईं भित्र सकारात्मकता ल्याउनेछ ।

७. आत्म-सम्मान जगाउनुहोस् - आफ्नो बारेमा सोच्नु र आत्मसम्मान जगाउनु राम्रो कुरा हो । आफूलाई कहिल्यै हेर्नुहोस् न । यसका लागि सधैं अरूप्रति इमानदार हुनुहोस् । यदि तपाईंलाई लाग्छ कि तपाईंसँग राम्रो काम छैन वा तपाईंसँग पैसा छैन, यसले तपाईंको आत्मसम्मानमा चोट पुर्‍याउँछ । यी कुराहरूबाट माथि उठेर सकारात्मक सोचका साथ समयको प्रतिक्षा गर्नुहोस् ।

संघीयता, लोकतन्त्र, गणतन्त्र, समानुपातिक प्रतिनिधित्व, धर्मनिरपेक्षता, जातीय सद्भाव र व्यवसायिकताका लागि

गुप्तर्षि

साप्ताहिक

सुम्निमा

THE SUMNIMA NATIONAL WEEKLY

प्रत्येक सोमवार नियमित रूपमा प्रकाशित भइरहेको सुम्निमा राष्ट्रिय साप्ताहिक अखबार खोजी खोजी पढौं ।









**R. P. ELECTRONICS**  
 Madhyapur Thimi-4, Shankhadhar Chowk  
 Ph. 01- 5093396, Mo. 9841300905, 9851169858

The advertisement displays a variety of electronic goods including smartphones, a washing machine, a refrigerator, a TV, and a small stove. The woman on the left is holding a small stove, and the products are arranged in a grid-like fashion. The background is a light blue gradient.



प्रकाशक/कार्यकारी सम्पादक: दीपक श्रेष्ठ, सम्पादक: दीपिका श्रेष्ठ, व्यवस्थापक: दिवस श्रेष्ठ, कार्यालय: सुन्दरनगर, मध्यपुर थिमि-३, भक्तपुर, फोन: ६६३३६५२, ९८५११०२२७३,  
मुद्रण: धिम्ले अफसेट प्रेस, अनामनगर, web Portal : [www.thimitimes.com.np/](http://www.thimitimes.com.np/)